

ТАКТИЧЕСКИЕ ВАРИАНТЫ ПРОБЕГАНИЯ ДИСТАНЦИЙ МНОГОБОРЬЯ В ШОРТ-ТРЕКЕ

Целуйко Н.С.

Белорусский государственный университет физической культуры
(Минск, Республика Беларусь)

В циклических видах спорта различают тактику и стратегию отдельной и ближайшей подготовки, а также тактику непосредственной подготовки и участия в соревнованиях. Тактика ближайшей подготовки обычно ограничивается микроциклом, предшествующим данным соревнованиям.

Тактика бега в шорт-треке не идентична тактике скоростного бега на коньках. В скоростном беге на коньках график забега строится таким образом, чтобы распределить силы на всю дистанцию. Спортсмен, готовящийся лишь реагировать на инициативы соперника и не имеющий своей четкой цели, часто проигрывает. Развитие таких качеств, как сила, быстрота, ловкость, выносливость, позволит шорт-трековому более успешно решать тактические задачи.

При прохождении дистанции расстановка сил постоянно меняется. Группа то стремительно описывает круг за кругом, то расслабленно и неспешно катится вперед, и участник гонки должен постоянно следить за соперниками, быстро отвечать на поставленные ими задачи.

Целью исследования явилось изучение тактической деятельности шорт-трековиков на дистанциях 500, 1000 и 1500 м на этапе Кубка мира по шорт-треку (г. Минск, 10–12.02.2017).

На основе анализа динамики скорости установлено, что в шорт-треке сильнейшие спортсмены мира используют различные варианты преодоления дистанции, но в большинстве случаев на дистанции 500 м минимальную дистанционную скорость они развивают на первом круге, а максимальную – на втором. На дистанции 1000 м медленнее бегут второй отрезок дистанции, а максимальную скорость показывают на четвертом; на дистанции 1500 м самый медленный отрезок – второй, самый быстрый – пятый.

На дистанции 500 м при прохождении дистанции исследуемые спортсмены в большинстве случаев занимали лидирующие позиции для достижения успешного результата. На дистанции 1000 м наиболее распространенным вариантом ведения тактической борьбы шорт-трековиками использовалась выжидательная тактика. Выбор этого тактического варианта позволил успешно финишировать спортсмену и завоевать призовые награды в ходе соревнований. Для дистанции 1500 м характерно применение тактики «выжидания» и «рваного бега». Эти варианты дают преимущество спортсменам с хорошей выносливостью перед спортсменами менее выносливыми, но способными при равномерном прохождении дистанции совершить мощный, резкий финишный рывок. Во время прохождения спортсменами дистанции 3000 м спортсменами были применены такие варианты ведения тактической борьбы как выжидание, рваный бег и тактика «ва-банк», тактический вариант «лидерование» не был

применен. Это свидетельствует о том, что соперники имеют приблизительно одинаковый уровень физической подготовленности и силовой выносливости, что характерно для данной дистанции.

Предложены прогностические модели соревновательной деятельности в шорт-треке на дистанциях 500, 1000 и 1500 м с учетом различных тактических вариантов бега. Освоение выбранного варианта возможно при ориентации на разработанные прогностические модели соревновательной деятельности с четко выделенными количественными критериями, соответствующими конкретному уровню специальной подготовленности спортсмена.

1. Кугаевский, С. А. Использование принципиальных моделей в подготовке шорт-трековиков высокой квалификации / С. А. Кугаевский // Педагогіка, психологія та мед.-бюл. пробл. фіз. виховання і спорту: зб. наук. праць / за ред. С. С. Ермакова. – Х., 2011. – № 10. – С. 42–48.

УСИЛЕНИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ СУБЪЕКТОВ СПОРТА ЗА ДОПИНГОВЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ

Черняк Е.В., Зайцев В.М.

Белорусский государственный университет физической культуры
(Минск, Республика Беларусь)

Основной принцип спортивных состязаний, регламентируемый Олимпийской Хартией это честная и равная борьба. Все участники спортивных состязаний должны находиться в равных условиях. Результат должен показываться исключительно исходя из физических данных и физической подготовленности спортсменов, их тактической и технической подготовленности, функциональной готовности.

Однако, в последние годы в спорте высших достижений все чаще на поверхность стали выходить допинговые скандалы. Спортсмены при помощи запрещенных препаратов и методов добиваются определенных результатов, ставя тем самым в неравные условия остальных участников соревнований. Тем самым нарушается сохранение справедливого и беспристрастного духа состязательности.

Национальные олимпийские комитеты многих стран мира, входящих в Международный олимпийский комитет, выразили глубокую озабоченность по поводу использования допинга в спорте и его отрицательного воздействия на дух спорта, здоровье и благосостояние спортсменов и будущее спорта. Это стало весомым поводом для обсуждения и принятия конкретных мер по противодействию допинговых проявлений.

Сегодня ни для кого не секрет, что для достижения результата используются различные методы, включая и запрещенные. Зачастую спортивная борьба